

## 体力向上を図る魅力ある授業の創造

— 低学年の多様な動きをつくる運動遊びを通して —

所属校：福生市立福生第五小学校

氏名：西 島 秀 一

派遣先：東京学芸大学教職大学院

キーワード：体力の向上・運動の日常化・自己評価能力を高める相互評価

### I 研究の目的

#### 1 研究の必要性

文部科学省が行っている「体力・運動能力調査」によると、子どもの体力・運動能力は、昭和60年ごろから現在（平成21年）まで低下し続けている。1970年頃の調査と比べると、ほとんどの体力テスト項目で、現在の方が1970年頃よりかなり下回る結果になっている。

一方、身長や体重など子どもの体格についても同様に比べると現在の方が1970年頃よりも大きく上回っている結果が出ている。体格が向上しているにもかかわらず身体能力は大きく低下し、深刻な状況になってきていると言える。

そのため、体育科の学習指導要領には、体づくり運動領域を1年生から導入するなど大きな改訂があった。

しかし、体育科の授業だけでは直接的な体力の向上はそれほど望めない。体育の授業を核とし、いかに日常化につなげるかが急務の課題である。

よって、本研究では、低中学年の体づくり運動がどのように子どもたちの生活改善につなげられるのか、その可能性や必然性を明らかにし、授業と運動の日常化をいかに結びつけるかを探究する。さらに、低学年における多様な動きをつくる運動遊びにおける体力の向上を図る授業を創造し、子どもの運動習慣を形成することを目的とする。

#### 2 研究の仮説

児童の実態に合わせた教材開発と自己評価能力を高める相互評価を工夫して多様な動きをつくる運動遊びの学習を展開すれば、児童が運動する喜びを実感し、運動の日常化につながるだろう。

児童が自分自身の生活を改善していくことは非常に難しい。無意識に運動に親しむには、運動への意欲が根本になければならない。児童にとって辛いものであれば、日常化にはつながらない。児童が低学年の頃から肯定的に運動を捉えることは重要な課題である。

そこで、児童の自己評価の内化と外化を効果的に繰り返し、メタ認知の形成をすることで運動への意欲を向上させる必要がある。

低学年の児童がメタ認知を形成することは難しいの

で、相互評価を活用し、児童の内化と外化のサイクルを活性化させることで運動に対する肯定的な実感をさせることが児童の運動習慣の改善につながる。児童の実態に応じた相互評価の視点を明確にし、その在り方を考え、自己評価活動を通して「できる実感」を高め、教育効果を引き出すことができると仮定した。

### II 研究の方法

(1) 基礎研究・・・体づくり運動の先行研究、文献研究

①体づくり運動の歴史と時代背景 ②体力・運動能力調査について ③相互評価の研究

(2) 実践研究・・・体づくり運動の教材開発、検証授業の実施

①検証授業学級の外遊び状況アンケートの分析 ②学習指導計画の作成 ③T小学校 第2学年での授業実践、F小学校 第1学年・第2学年での授業実践

(3) 研究のまとめ・・・研究の有効性の一般化

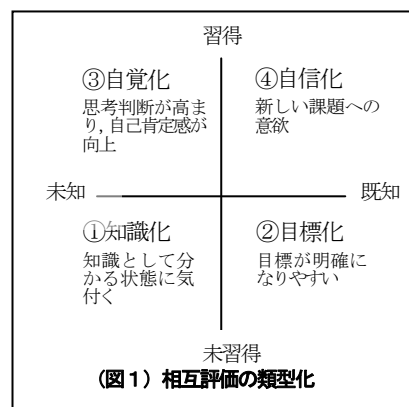
①研究仮説の検証 ②成果物の作成

### III 研究の結果

#### 1 自己評価能力を高める相互評価

##### (1) 多様な相互評価の類型化

学習者にどんな点を評価したらよいか視点を与え、指導者が支援することで相互評価が4つに類型化できる。相互評価をすることによって、あるいはされることによって、その事を知っているのか、知らないのか、習得できていることなのか、習得できていないことなのかによって、支援や教育効果が異なる（図1）。



相互評価する学習者を替えることにより、より客観化した評価が得られ、多様な学びを積み上げることができるので多様な相互評価を行う。

## (2) よいところの言語化, 点数化による評価

言語による評価は、自分では気づけなかったよいところを自覚することで自己形成を助ける働きをもつ。それにより具体的なよさを実感できると、評価されたことに対する動機付けにもなると考えられる。進んだ段階では、点数化による評価とその理由により相互評価することが有効である。

## (3) 評価し合う学習者が同じ目標をもつ

学習者が同じ目標をもって、評価し合うのとそうでないのとどのような影響の違いがあるだろうか。同じ目標や、同じ観点で評価し合うことにより、被評価者がより受け止めやすい心理に働く。同じ目標を共有した友達となれば、信頼関係も構築されやすい。また、行動も共にするとなお受け入れる準備ができるので相互評価が効果的に自己評価能力を高めることになる。

## (4) モデリングとフィードバック

学習者の学習状況を教師が言葉に出して、評価して支援すれば、その言葉は周囲の学習者にとって、一つの価値基準となる。教師と言ったことと同じことを相互評価に出すこともあるだろう。また、教師が学習者の評価シートに次回までにコメントを入れることで評価の観点と方法を学ぶことができる。さらに、学習を始める前に評価シートのよかったところをモデルとして価値づけて学習者に紹介することで、相互評価への動機付けもできる。

## 2 教材開発の視点

### (1) 個に応じた学習の展開

誰でも手軽に楽しめる遊びや運動の時間、距離、回数、人数、用具の数、方向などを少し変化させることで難易度が上がる運動課題で単元を構成し、どのような体力状況の子どもも夢中になって運動に取り組みたくなる動きで構成する。

### (2) 運動内容の取り上げ方

毎時間、授業の後半に「今日のおすすめ遊び」を設定し、児童が休み時間や放課後に取り組めるように配慮した。2人で遊べるものから大人数で遊べるものまでできるだけ人数の制限のない伝承遊びや、工夫した遊びを取り上げた。授業の中で全員が経験することで共通の遊びとなり遊びの選択肢の一つになるのである。

### (3) 多様な相互評価を取り入れたワークシート

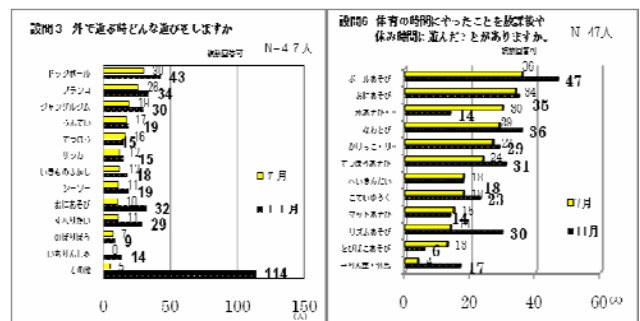
よい動きを相互評価させ、蓄積することで運動に対する自分への肯定的な感情を形成しようと考えた。この相互評価をすることで、友達から認められる経験をすることができる。認められる経験が意欲の向上につながり、相乗的に効果を上げることができる。運動に

対して肯定的な評価をさせることで運動への意欲の向上や運動の日常化へつなげていくことが大切だと考えられるので2人組のペアで相互評価をさせ、その後に自己評価ができるワークシートを用いた。

## 3 研究の成果

検証授業を第2学年、6時間単元で行い、事前(7月)と事後(11月)のアンケート調査から比較検証した。

設問3「外で遊ぶ時はどんな遊びをしますか」(図2) 鉄棒を除くすべての項目で選択した児童の数が増えている。一輪車で遊ぶ児童も7月では0人だったのが14人となった。特に顕著に表れたのは、「花いちもんめ」や「ゆうびん屋さん」などの伝承遊びなどの記述が多く見られた。これは、外遊びをする児童が増加したこ



(図2) 外遊びの変化

(図3) 体育と休み時間の関係性の変化

とはもちろん、遊びが多様化、集団化していると言える。

設問6「体育の時間にやったことを放課後や休み時間に遊んだことがありますか。」(図4) という設問に対して、本検証授業実施後の方が遊ぶ内容が多くの項目で増加している。水あそびという項目で半減しているので、直後の影響を受けやすいことが伺える。検証授業で取り扱った、「ボールあそび」「なわとび」「一りん車・竹馬」が大きく変化している。「リズムあそび」が変化しているのは、9月に運動会が実施されたからと推測される。

これらの結果からも児童の遊びが増加したことはもちろん多様化したとみることができる。

## IV 考察

多様な相互評価により児童の変容が見られ、活性化したと言える。このことから研究仮説が検証できた。

多様な相互評価による類型化により、相互評価を意図的に学習に導入したり、支援を明確にしたりできるので学習効果が高くなることが期待される。これは、教科が違って有効な視点であり今後も活用することができる。